

# あかめ新聞

すべてはお客様のために

No.182  
令和4年  
3月号

# 努力の分だけ 花が咲く！



## 今日のいい言葉！

努力することは辛いことで  
すぐに成果が出るわけでも  
ないですが、いつかきっと  
カタチになります。努力を  
続けていきましょう！

おかめ新聞は、  
大和屋ホームの家づくりへの  
想いや様々な出来事など、  
毎月皆様にお伝えする  
ニュースレターです。

チャレンジ  
25

未来が変わる。日本が変わる。

大和屋ホームは、「自然を大切に・地球を大切に」  
の思いから、チャレンジ25に参加しております。

みなさんこんにちは！佐藤です。3月になりました。寒さもやわらぎ、春の陽気を感じる日が増えましたね。3月と言えば、卒業や転勤、会計年度や学年の年度替りのシーズンです。学校では卒業式、会社では送別会が行われるなど、出会いと別れがあります。今年は3月21日が春分の日ですので、このころから本格的に衣替えのシーズンです。とは言え、春は風の強い日がありますので、いきなり厚着から薄着にかえると体調を崩しやすいので、お身体には十分お気を付け下さい。

さて、個人的な感想ですが、このシーズンで印象に残っている言葉に【努力の分だけ花が咲く】というものがあります。卒業式

や送別会での贈る言葉なのか、プロ野球のキャンプシーズンだからテレビや新聞・雑誌で目にするのかわかりませんが、3月はこのような意味の言葉が非常に多い気がします。これから新生活を迎える人にとっては、本当にありがたい言葉だと思います。また、仕事だけでなく、人生にそのままあてはまる言葉でもあります。

元メジャーリーガーのイチローも【努力せずに何かできるようになる人のことを「天才」というのなら、僕はそうじゃない。努力した結果、何かができるようになる人のことを「天才」というのなら、僕はそうだと思う。人が僕のことを、努力もせずに打てるんだと思うなら、それは間

違いです。】と言っています。ご存知のとおり、メジャーリーグで45才まで、現役を続けられた理由は努力の積み重ねだと思います。状況が変化しても努力を続けていく事が大切なんだと感じました。私たちの家づくりの仕事は常に進化していきますが、いきなり進化するわけではありません。家を建てたお施主さまの声や職人さんとの現場でのやり取りなど、様々な経験と試行錯誤の繰り返しで、少しずつですが、進化していきカタチになります。その根本は、常に家を建てたお施主さまの幸せな暮らしの為ですので、コツコツと様々な経験を積み重ねていきたいと思います。それでは！

佐藤美智雄

# おもしろい家づくりお! 上棟とは

上棟とは、屋根の一番上の重要な部材である棟木を取り付けることです。

ちなみに棟木とは、むねぎと読み、屋根を作るために桁と平行に位置し、最も高いところに配される部材です。そのため、上棟のことを棟上（むねあげ）と言うこともあります。他には建前と呼ぶこともあります。この最も高い位置の木を組むことは、建物の骨組みを組み終わるということです。その日にお祝いと無事上棟できたことを記念して、関係者の方々と上棟式を行います。本来、上棟式は無事棟が上がったことを喜び、感謝、祈願する儀式ですが、現在では儀式というよりもお施主様が職人さんをもてなす「お祝い」の意味が強くなっております。上棟式は地鎮祭と違い神主さんに来て頂くことが少ない為、その際は、建設会社の社長や棟梁、現場監督が式を進めます。



## 健康への道



### ～モーニングアタック!!～

今年の12月は例年より寒かったため、今年は例年以上の花粉が飛散すると思われます。暖かくなってくると花粉の飛散量が日ましに増えるので、注意しましょう。花粉症には、様々な症状がありますが、最近ではモーニングアタックに悩まされている人が非常に多いと言われています。モーニングアタックとは、花粉症などのアレルギー性鼻炎の人のくしゃみや鼻水

などの鼻炎症状が、朝の起きがけに発作的に表れることです。なぜ起こるかという、と、夜間、床の上に落ちた花粉やハウスダストなどを吸い込むため、や、起床時にふとんをたたむ時にアレルギー性物質が空中に舞い上がるため、と言われております。対策としては、①布団はできるだけ外に干さないようにする②布団に付いている花粉を固く絞った雑巾で拭き取る③日中に体に付いた花粉を取るために夜に入浴する、などです。日常生活習慣を変えるだけでもしっかりとした花粉症対策になりますので、是非試してください。

## 野菜ってスゴイ!



## うどはちが旬



うどは特有の香りとおのかな苦味、そしてシャキッとした歯触りが持ち味の野菜です。全体が白い「軟白うど」と、緑色の「山うど」の2種類がありますが、流通量が多いのは軟白うど。これは地下で栽培するなど日光を当てずに育てるため、全体が白くなります。山うどは、本来は野生のものですが、野生種は収量が少なくほとんど流通していません。うどの原産地は日本や中国東北部などの東北アジアで、日本でも古くから食べられていました。現在のようなうどの栽培が行われるようになったのは、江戸時代

になってからだと言われています。その後、品種改良が行われ、現在では関東地方を中心に栽培されています。うどの見分け方は、茎が太めで穂先まで張りがあり、全体にうぶ毛が密生しているものが良品です。穂先がしおれていたり、茎が変色しているものは鮮度が落ちているので避けましょう。うどには体内の余分なナトリウムを排出し、血圧の上昇を抑える働きがあるとされるカリウムが比較的多く含まれています。うどの持つ苦味（アク）はポリフェノールの一類で、抗酸化作用があると言われています。

# やまとやの部屋

R4. 2. 3

昨年植えた 花の球根達がぐんぐん伸びてきました。

春の気配を感じる今日 この頃です。

皆様いかがお過ごしですか？

2月23日 数年ぶりに 尾鈴山に登りました。

その日は曇りで 登り始めると テラテラ 粉雪が舞ってきました。  
山に登るとすぐに汗をかいてくるので 寒さを感じることはめったにありません。  
登りながら 1枚、1枚と上着を脱いでいきます。👕

頂上に着いて昼食を食べていると、どんどん粉雪が舞ってきました。  
温かいスプーの中にも、温かくして持ってきたおにぎり🍙の上に、  
リュックの中にも シンシンと積っていきます。

この日、尾鈴山の頂上だけは真冬の天気でした。寒かった❄️



趣のある  
登山者記帳台



粉雪の中で昼食



寒い中ツボミを  
付けてるツルシキミ



1メートル以上は  
ある ツララ



自宅の庭には  
アセビが開花

2月24日、ロシア軍がウクライナに侵攻し、戦争を始めてしまいました。  
ロシアにとってはソ連時代からの歴史的な問題が深く係っているのかもしれないが、問題解決の手段として、武力によって無差別に  
人の命を奪う戦争だけではだめです🙏

地下のシェルターに分娩台が特設されていて、産まれたばかりの赤ちゃんを  
抱いて、泣きながらインタビューに答えている若いお母さんがいました。  
「こんな所でお産をする事になるとは夢にも思っていなかった。怖くてたま  
らない。でも先生とスタッフの皆さんに助けられています。感謝の気持ちで  
いっぱいです。」

「独裁者プーチン」あんたも人の子では🙏 怒り\*が込みあげてきます。エロ。

# みんなのために！ おりがみひろ

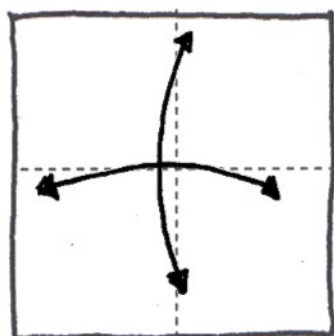
折り紙で  
ほっとひととき！



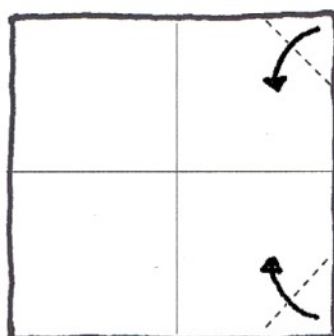
今月のおりがみは『犬（いぬ）』です。  
みんなが大好きな可愛い犬のおりがみを折りましょう！  
折り紙は脳の活性化に役に立ちます。ほっとひと息ついて  
家族みんなでコミュニケーションしてください。

## 犬（いぬ）の 折り紙

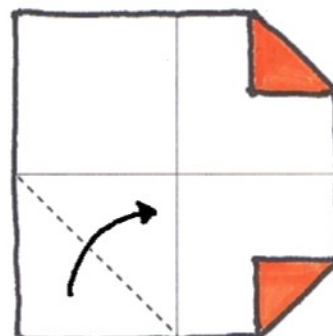
☆いろんな色で様々な犬のおりがみをつくってね☆



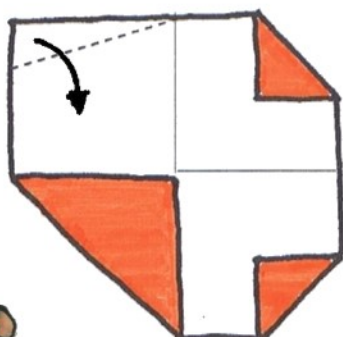
① たてよこはんぶん  
おっておりめをつけてもどす



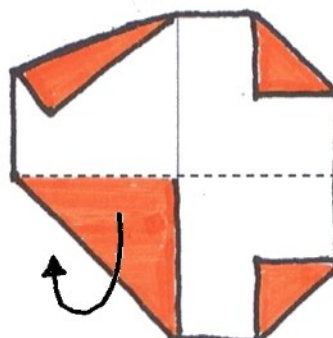
② てんせんでおる



③ てんせんでおる



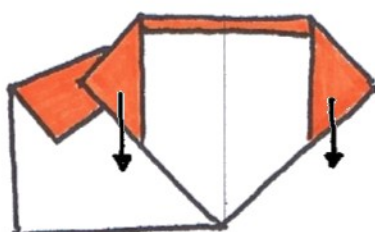
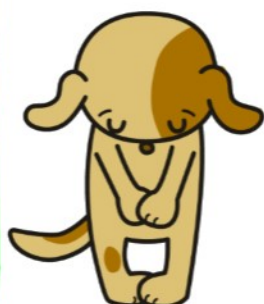
④ てんせんでおる



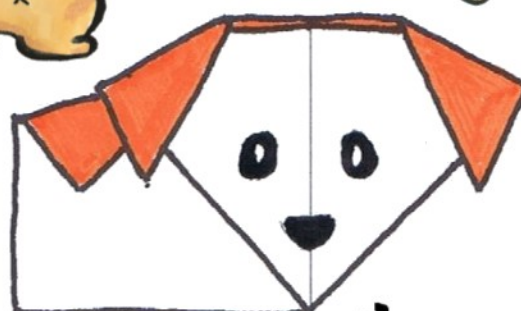
⑤ てんせんでうしろにおる



⑥ ↑ からふくろをひらいてつぶす



⑦ したにひきだす



⑧ かおをかく

完成です。

# ECのい話! 分散型発電



エネルギーの地産地消ができる、これから期待の発電です!

分散型発電とは、地域で必要とされる電力を、小規模な発電所をいくつも設置してまかなう自立・分散型のエネルギー供給システムです。大規模な発電所で電気をつくり、送電線によって利用場所へ送る従来の集中型発電に対してこう呼ばれます。利用場所の近くで少しずつ発電して供給する形態は、エネルギーの地産地消を実現するシステムとして期待されています。分散型発電には、電気をつくる際に発生する熱まで利用するコージェネレーション（発電時に発生する廃熱を有効活用する仕組み）しやすく、送電や変電のロスが減らせるといった利点があります。また、太陽光発電や燃料電池、風力発電など再生可能エネルギーの普及につながり、地球温暖化防止の観点からも注目されています。電気自動車（EV）や燃料電池車などのエコカーと組み合わせたスマートグリッド対応のシステムも実用化されています。経済産業省・資源エネルギー庁は、電力需給の逼迫が予想される地域において、自家発電設備の新増設や増出力などを行う企業に対して設備導入や燃料購入にかかる経費を補助しています。また、総務省は、経産省や農林水産省などと共同で、自治体の主導による分散型エネルギーインフラプロジェクトを推進しています。

## ? 家づくりなんでも相談室 Q&A!?



**Q** リフォームとリノベーションの違いはなんですか?

**A** リフォームは新築時の目論見に近づく様に復元する（修繕）

リノベーションは新築時の目論見とは違う次元に改修する（改修）

簡単に言い直してみると、リフォームは、間取りはそのままに、壁クロスや床を貼り替えるキッチンやバスをキッチンとして設備などを入れ替える（どちらかという小規模）。

リノベーションは柱など構造は残したままで、間取りや配管を変更して、全く新しい空間を作り出す。場合によっては、構造を補強して新しい空間を作り出す（どちらかという大規模）。という違いがあります。実際は、リノベーションはマンションやビルなどの高層建築物・集合住宅をデザインリフォームすることをリノベーションと呼ぶことが多いように感じます。

家づくり・なんでも相談窓口 Eメール → [yamatoya@gem.bbiq.jp](mailto:yamatoya@gem.bbiq.jp)

### 大和屋ホームのホームページ

<http://www.yamatoyahome.jp>

「一本の映画のような家づくり」

ご家族の想いがたくさん詰まった家づくり

心をこめて 想いをカタチに!

ひとつひとつの家が私たちの自慢です。

大和屋ホーム 検索

お施主様との想いをこめた家づくり  
ご家族の暮らしの夢が始まるコール



〒883-0021 宮崎県日向市大字御光寺1115

TEL.0982-95-0330

<http://www.yamatoyahome.jp> [yamatoya@gem.bbiq.jp](mailto:yamatoya@gem.bbiq.jp)



## 大和屋ホーム